

# «Ich war wegen Kokain im Loch»

Mit 13 fing Tino an, illegale Rauschmittel zu konsumieren. Heute lebt er im Rehabilitationszentrum.

Malena Widmer

**Lutzenberg** Tino (Name geändert) sitzt frühmorgens mit einer Tasse Kaffee im Besprechungszimmer des Rehabilitationszentrums und erzählt von seiner Vergangenheit. «Anfangs habe ich nur gekiff», sagt er. Damals war er 13. Doch dann sei er immer tiefer reingerutscht. Kokain, MDA, Codein und Alkohol kamen dazu, er musste die Lehre abbrechen, wurde zu Hause rausgeschmissen und fing an, zu dealen. «Ich lebte nur noch von Tag zu Tag», sagt Tino. Er zog zu einem Kollegen und verbrachte so ein halbes Jahr: «Man macht schnell Geld und ist immer drauf. Aber es war dann doch nicht so geil, wie man es sich vielleicht vorstellt.»

Tino wies sich dann selbst in die Entzugsklinik ein. «Mir wurde irgendwann, wie bei einer Erleuchtung, klar, dass es so nicht weitergehen kann», erklärt er.

## Zuflucht in kriminellen Kreisen

Doch wie kam alles so weit? Tino fängt ganz vorne an und erzählt von seiner Kindheit. Seine Eltern lebten getrennt, er war von klein an oft allein. Vor allem die Abwesenheit des Vaters habe ihm zu schaffen gemacht. Gezwungenermassen beschäftigte er sich viel mit sich selbst und distanzierte sich dann auch von der Mutter. In kriminellen Kreisen habe er Zuflucht gesucht und gefunden. Dort sei er angenommen worden. Die Kollegen, die er dadurch fand, hätten alle auch Drogen konsumiert, sagt Tino. Als er dann nach einem Streit mit der Mutter bei den Kollegen einzog, sei sein Konsum exzessiver geworden. Er tauchte zwei Wochen lang unter und liess nichts



Tino hat als Jugendlicher exzessiv Kokain genommen. Unterdessen ist der 20-Jährige davon weggekommen. Symbolbild: Raphael Rohner

von sich hören. Daraufhin wurde sein Lehrvertrag aufgelöst. «Ich war wegen Kokain im Loch», erklärt Tino.

Als er sich schliesslich selbst einwies, verbrachte er zuerst drei Monate in einer Psychiatrie in Wil. Während Tino davor exzessiv verschiedene Rauschmittel konsumiert hatte, fand er sich auf einen Schlag ohne vor. Der erste Monat sei besonders schlimm gewesen: «Die Nächte waren lang und schlaflos, ich war depressiv und die Lebensmotivation fehlte mir; es war kurzum alles unerträglich.» Nach dem ersten Monat habe er sich aber besser und freier gefühlt: «Ich war nicht mehr gefangen in meinem Kopf.»

Nach dem Entzug in Wil kam er in das Rehabilitationszentrum Lutzenberg. Hier ist der mittlerweile 20-Jährige seit

15 Monaten. Während es in der Klinik in Wil um den Entzug und das Erarbeiten psychologischer Stabilität ging, ist in der Reha zusätzlich die Reintegration ins Berufs- und Sozialleben zentral.

## Das Leben in der Reha Lutzenberg

Tino befindet sich jetzt im ersten Jahr seiner Lehre im Betriebsunterhalt und arbeitet fünf Tage pro Woche. Die Lehre gefällt ihm: «Es ist schön, dass ich Verantwortung übernehmen kann und merke, dass ich gebraucht werde.» Das zweite und dritte Lehrjahr wird Tino dann voraussichtlich in einem externen Betrieb absolvieren können. Ein grosser Pluspunkt der Lehre ist, dass er sie mit seiner Therapie kombinieren kann. Da Tino schon länger in der Reha ist, besteht die Therapie momentan

nur noch aus einem Einzelgespräch und einem Psychologengespräch jede Woche. In regelmässigen «Reha-Checks» bespricht er zudem mit dem Fachpersonal, wo er gerade steht, und setzt sich mit ihnen zusammen neue Ziele.

Monica Sittaro ist die Leiterin des Rehabilitationszentrums Lutzenberg. Sie sagt: «Tino ist mitten im Training. Er hat einen guten Lauf mit allen Schwierigkeiten, die dazugehören.» Auch Tino sagt: «Ich bin seit 550 Tagen sauber von chemischen Substanzen.» Es habe während der 14 Monate, in denen er in der Reha sei, jedoch schon Momente gegeben, in denen er wieder zu Rauschmitteln gegriffen habe. Nicht mehr zu Kokain, dafür zu Alkohol und Cannabis.

Dass es während der Rehabilitation mehrmals wieder zu

«Tino hat einen guten Lauf, mit allen Schwierigkeiten, die dazugehören.»



Monica Sittaro  
Leiterin  
Rehazentrum Lutzenberg

Konsumereignissen kommt, sei aber üblich, so Sittaro. Bei den wenigsten würde die Abstinenz einfach so funktionieren. Wichtig sei, wie auf diese Abstinenzunterbrüche reagiert werde, sagt Sittaro. Die Klienten sollen aus den Vorfällen lernen, um so ein nächstes Mal in ähnlichen Situationen besser reagieren zu können. Solche Konsumereignisse zu verhindern, sei einfacher, wenn die Klienten eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung hätten, sagt Sittaro. So laufen sie weniger in Gefahr, wieder in alte Muster zurückzufallen, sobald sie freie Zeit für sich zur Verfügung haben.

## Soll Cannabis legalisiert werden?

Aber die Verfügbarkeit von illegalen Substanzen nimmt zu und für ehemalige Abhängige ist es

schwierig, der Drogenszene auszuweichen. Sittaro erklärt: «Früher konnte man der Szene ausweichen, wenn man bestimmte Orte mied. Heute wird an der Schule, im Job und an so vielen anderen Orten konsumiert. Oder man kann sich den Stoff einfach mit der Pizza mitliefern lassen.»

In diesem Kontext ist auch Cannabis ein wichtiges Thema. «Soll es legalisiert werden?» – Nein, findet Tino. Er begründet das mit seinen Erfahrungen. Viele würden immer früher mit illegalen Rauschmitteln anfangen, erzählt Tino. Er selbst sei ja einst einer dieser jungen Konsumenten gewesen: «Was viele dabei reizt, ist, dass es illegal ist.»

Er fragt sich, was dann mit jenen geschehen würde, die es deswegen konsumieren. Seine Vermutung: Sie würden wohl auf härtere, weiterhin illegale Substanzen umsteigen.

## Arbeiten ausserhalb der Reha

Das ist aber nicht mehr länger Tinos Welt. Er hat neben seiner Lehre im Betriebsunterhalt nun auch ein Hobby gefunden. Er trainiert zweimal in der Woche in einem regionalen Fussballverein und spielt an den Wochenenden Partien.

Monica Sittaro freut sich über sein Engagement. «Er treibt Sport, ist in einem Verein, hat eine Lehrstelle und macht enorme Fortschritte», sagt sie. Tino hat vor, seine Ausbildung im Betriebsunterhalt weiterzuverfolgen und so zukünftig auch ausserhalb der Reha arbeiten zu können. Bis dahin bleibt ihm zwar noch Zeit, es ist erst im nächsten Sommer so weit. Er freut sich aber jetzt schon darauf.

## Journal

### Seniorenachmittag mit Gestalten und Spielen

**St. Margrethen** Auf Donnerstag, 17. November, 14.30 Uhr, sind die Senioren von den Kirchgemeinden und der Frauengemeinschaft zum Gestalten und Spielen ins Vikariat eingeladen. Anmeldung bis Montag an Marianne Künzler, Tel. 071 744 91 01 (marianne.kuenzler@fgsm.ch), oder Esther Grundlehner, Tel. 079 307 86 17 (esther.grundlehner@fgsm.ch).

REKLAME

WYSS & PARTNER

**KOSTBAR**

Wyss & Partner: Die auch international gesuchten Vermögensverwalter am Fusse des Pizol.

wysspartner.ch

## Turnverein stürzt sich ins WG-Abenteuer

Am 18. und 19. November ist Schauturnen im Widebaumsaal im Hotel Metropol.

**Widnau** Nach zwei Jahren pandemiebedingter Pause findet in Widnau wieder das Schauturnen statt. Die Unterhaltungsabende stehen dieses Mal unter dem Motto «(K)ein Haus des Geldes». Turnerinnen und Turner von Gross bis Klein werden ihr Können unter Beweis stellen. Von der Suche eines neuen Mitbewohners über die Homeparty bis hin zu einer Verfolgungsjagd darf sich das Publikum auf eine spannende und sehenswerte Unterhaltung freuen. Natürlich dürfen auch in diesem Jahr die beliebten, witzigen und charmannten Überleitungen nicht fehlen.

### Neue Zeiten für den Vorverkauf

Seit den Sommerferien hat sich der Turnverein nebst vielen anderen Anlässen gezielt darauf vorbereitet, den Gästen ein interessantes, unterhaltsames Programm zusammenzustellen und ihnen mit abwechslungsreichen Reigen die Vielfalt des Turn-



Turnerinnen und Turner von Gross bis Klein werden zeigen, was sie können. Bild: pd

sports zu präsentieren. Der Vorverkauf ist dieses Jahr am Montag, 14. November, von 18 bis 21 Uhr und am Mittwoch, 16. November, von 17 bis 19 Uhr im «Metropol»-Foyer. Noch verfügbare Tickets sind anschliessend an den jeweiligen Abendkassen erhältlich.

Die Unterhaltungsabende finden am Freitag und Samstag, 18. und 19. November, jeweils um 20 Uhr statt. Türöffnung ist

eine Stunde vor Beginn. Vor der Unterhaltung, in der Pause sowie nach der Show werden warme Speisen serviert. Im Anschluss an die Unterhaltung ist Barbetrieb im hinteren Teil des Saales. Und auch dieses Jahr gibt es eine Tombola. – Am Samstag findet zudem eine Nachmittagsvorstellung um 13.30 Uhr statt (Türöffnung 13 Uhr). Die Tickets dafür sind ebenfalls beim offiziellen Vorverkauf erhältlich.

Für einen rundum gelungenen Anlass ist ein zwölfköpfiges OK-Team besorgt, bestehend aus Ellen Merkli (OK-Präsidentin), Sina Aerni (Programmchefin), Mario Sieber und Claudio Winter (Bau), Jan Pache (Saalregie), Céline Walser und Saskia Steinmann (Tombola), Julia Gresser (Bar), Julia Riederer und Nadja Altherr (Festwirtschaft), Claudia Ryser (Aktuarin) und Tanja Sieber (Finanzen). (pd)

## Journal

### Schwimm- und Tauchclub sammelt das Altpapier ein

**St. Margrethen** Am Samstag, 12. November, ab 8 Uhr, sammelt der Schwimm- und Tauchclub St. Margrethen das Altpapier und den Altkarton ein. Papier und Karton sind frühzeitig und gebündelt an die Strasse zu stellen. Nicht abgeholtes Papier kann bis 13 Uhr auf Telefon 079 608 79 11 gemeldet werden.

### Ständerat Andrea Caroni «auf den Zahn gefühlt»

**Walzenhausen** Nachdem die gleichnamige Veranstaltung Ende August wegen Erkrankung von Andrea Caroni abgesagt werden musste, kommt es nun zur zweiten Einladung: Am Montag, 14. November, 19.30 Uhr, ist der Ausserrhodener FDP-Ständerat Andrea Caroni bei der Lesegesellschaft Lachen-Walzenhausen zu Gast. In einem moderierten Gespräch wird der Politiker auf das aktuelle Zeitgeschehen eingegangen. Fragen aus dem Publikum sind erwünscht. Der Anlass ist öffentlich und wird im Vereinslokal Lachen durchgeführt.